

Rüebli-Allerlei mit Feta, Sesam und Curry-Dip



Zutaten

Rüebli

- 8 Stück verschiedene Rüebli (z.B. rote, Pfälzer, violette) ungeschält, gleichmässige Dicke
- Olivenöl
- Salz
- Curry Madrocas
- Paprika

Feta

- ca. 200g Fetakäse
- weisse Sesamsamen
- schwarze Sesamsamen
- Basilikumblätter

Sauce

- 5 EL Sesamöl
- 2 EL Apfelessig
- wenig Sojasauce
- Pfeffer

Curry-Dip

- 4 EL Saurer Halbrahm
- 1 EL Sesamöl
- Curry Madrocas
- geröstetes Curry
- Salz, Pfeffer
- Salatspitzen

Schritt 1

Rüebli gut waschen und mit Olivenöl, Salz, Curry und Paprika marinieren.

Schritt 2

Ganze Rüebli im Airfryer garen (180°C, je nach Dicke ca. 30 Minuten).

Schritt 3

Feta mit Hilfe eines Löffels grob brechen. Sesamsamen im Ofen oder in einer Pfanne rösten.

Schritt 4

Fetakäse mit geröstetem Sesam und Basilikum mischen.

Schritt 5

Sesamöl, Apfelessig mit Sojasauce mischen, mit Pfeffer abschmecken (Sauce für Feta und Salatspitzen).

Schritt 6

Fetakäse mit einem Teil der Sauce marinieren. Currys im Sesamöl leicht andünsten und mit Sauerrahm einen Dip herstellen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schritt 7

Zum Anrichten die Rüebli schräg in grobe Stück schneiden. Rüebli, Fetakäse und Salatspitzen anrichten, mit Curry-Dip überziehen

Dazu passende Getränke

- 2024 Sylvaner, Weingut am Stein
- 2024 Sylvaner alkoholfrei, Cave du Rhodan

Schweizer Paraplegiker Vereinigung